

アレルギー食品使用予定献立表 (令和6年3月1日～令和6年3月19日)

献立ブロック (小学校)

3月1日(金)		3月4日(月)		3月5日(火)		3月6日(水)				
ちらし寿司 牛乳 なめこの赤だし 焼き魚(鯖) 菜の花と大根のレモンあえ ひなあられ		ポークハヤシ(麦御飯) 牛乳 ハンバーグ キャベツのイタリアンサラダ		減量赤飯 のむヨーグルト すまし汁 サイコロステーキ ほうれんそうのきのこあえ		御飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鯖のみぞれかけ キャベツのおかかあえ				
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量			
米	1食	米	1食	アルファ米赤飯	1食	米	1食			
麦豆	ちらし寿司の素 24g	米粒麦	6g	シリア:フルニベリニ味	1本	牛乳	1本			
乳	牛乳	豚肉スライス	25g	豆	木綿豆腐	30g	玉ねぎ	30g		
豆	木綿豆腐	玉ねぎ	45g	豆	蒸しかまぼこ	5g	人参	10g		
豆	油揚げ	人参	20g	豆	油揚げ	4g	豆	冷凍厚揚げ	12g	
豆	焼きちくわ	マッシュルーム	5g	豆	カットわかめ	0.4g	豆	焼きちくわ	5g	
豆	人参	グリーンピース	5g	鯖	かつお節だしパック	2g	豆	小松菜	10g	
豆	なめこ	ハヤシルウ	12g	麦豆	食塩	0.2g	豆	淡色みそ	7.5g	
豆	根深ねぎ	ケチャップ	8g	麦豆	しょうゆ(薄口)	5g	水	和風だしの素	0.5g	
豆	ハ丁赤味噌	中濃ソース	3g	水	水	125g		さわら切り身てんぷん付き(40g)	1こ	
豆	和風だしの素	食塩	0.3g	牛	牛肉(ロース)	55g		天ぷら油	5g	
豆	みりん	こしょう	0.1g		食塩	0.2g		大根	20g	
鯖	水	サラダ油	0.3g		こしょう	0.03g		穀物酢	2g	
豆	ぎぼ:切り身(40g)	ワイン(白)	1g		セロリ	2g		食塩	0.4g	
豆	まぐろ油漬ルー	水	95g		玉ねぎ	10g		上白糖	2g	
豆	菜の花	乳	牛乳		サラダ油	0.7g		キャベツ	30g	
豆	大根	豆鶏豚	ハンバーグ(50g)		麦豆	焼肉のたれ	8g		人参	10g
豆	コーン	豆	まぐろ油漬ルー		麦豆	ほうれん草	40g		花かつお・カット	1g
豆	レモン果汁	豆	枝豆		麦豆	人参	5g		しょうゆ(薄口)	2g
豆	上白糖	麦豆豚	イリアントレッシング			えのきたけ	10g			
豆	オリーブオイル					すりごま	1.5g			
豆	しょうゆ(薄口)					しょうゆ(薄口)	2g			
豆	食塩									
豆	こしょう									
豆	ひなあられ									

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 功:いか ら:いくら 丸:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
 豚:豚肉 マ:まつたけ 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー食品使用予定献立表 (令和6年3月1日～令和6年3月19日)

献立ブロック (小学校)

3月7日(木)			3月8日(金)			3月11日(月)			3月12日(火)		
減量アップルパン 牛乳 ビーファン炒め ツナとコーンのサラダ ミニフィッシュ			御飯 牛乳 肉あんかけ丼 ホタテフライ 白菜のおひたし			御飯 オレンジジュース けんちん汁 野菜とわかめの豆乳寄せ 焼き豚			御飯 牛乳 豚汁 いわしのおかか煮 キャベツともやしの磯和え		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
麦 減量コッペパン	1 こ		米	1 食		米	1 食		米	1 食	
麦 リンドライりんご	4.5 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
乳 牛乳	1 本		豚	豚ももひき肉	30 g	乳 オレンジジュース	1 本		豚	豚肉スライス	15 g
豚 ビーファン	25 g		豆 冷凍豆腐	65 g		人参	15 g		豆 油揚げ	4 g	
豚 豚肉スライス	25 g		人参	25 g		ごぼう	15 g		豆 焼きちくわ	5 g	
人参	20 g		玉ねぎ	30 g		こんにやく(つき)	15 g		こんにやく(つき)	12 g	
玉ねぎ	40 g		えのきたけ	7 g		木綿豆腐	30 g		人参	10 g	
もやし	20 g		こんにやく(つき)	15 g		油揚げ	4 g		大根	20 g	
根深ねぎ	5 g		おろしにんにく	0.5 g		根深ねぎ	5 g		根深ねぎ	5 g	
干ししいたけ	1 g		おろし生姜	0.5 g		ごま油	0.5 g		豆 淡色みそ	7.5 g	
おろし生姜	1 g		上白糖	4 g		料理酒	5 g		和風だしの素	0.5 g	
食塩	0.3 g		みりん	1.7 g		しょうゆ(薄口)	2.7 g		水	130 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	4.5 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	4.5 g		食塩	0.5 g		麦豆 いわしのおかか煮	1 こ	
ごしょう	0.04 g		麦豆 しょうゆ(濃口)	3.5 g		和風だしの素	0.5 g		キャベツ	35 g	
サラダ油	0.8 g		でんぶん	1.2 g		水	125 g		もやし	15 g	
ごま油	0.3 g		水	20 g		豆 野菜とわかめの豆乳寄せ	1 こ		麦豆 しょうゆ(薄口)	1 g	
料理酒	1 g		麦豆 ホタテフライ	2 こ		豚	豚肉もも	45 g	上白糖	0.1 g	
豆 まぐろ油漬ルー	10 g		天ぶら油	5 g		土しょうが	0.5 g		味付けのり	0.2 g	
きゅうり	32 g		白菜	50 g		ごしょう	0.03 g				
コーン	7 g		人参	10 g		上白糖	2 g				
豆 マヨネーズ	4 g		花かつお・カット	0.7 g		みりん	3 g				
麦豆 しょうゆ(薄口)	1.5 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.5 g		麦豆 しょうゆ(濃口)	4.5 g				
穀物酢	0.8 g					水	10 g				
ミニフィッシュ	1 こ										
アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 功:いか ら:いくら 乳:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マ:まつたけ 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー食品使用予定献立表 (令和6年3月1日～令和6年3月19日)

献立ブロック (小学校)

3月13日(水)		3月14日(木)		3月15日(金)		3月18日(月)	
御飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻き 小松菜とたくあんのごまあえ		コッペパン 牛乳 かぶのコンソメスープ 春野菜のアーリオオーリオ フルーツ白玉		ポークカレー (麦御飯) 牛乳 ミンチカツ ブロッコリーのサラダ		御飯 牛乳 豚じゃが いかときゅうりの酢の物 アセロラゼリー	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米	1食	コッペパン	1食	米	1食	米	1食
牛乳	1本	牛乳	1本	米粒麦	6g	牛乳	1本
冷凍豆腐	70g	鶏肉むね皮つき	15g	豚肉スライス	20g	豚肉スライス	25g
豚ももひき肉	30g	かぶ	25g	じゃがいも	40g	じゃがいも	60g
おろし生姜	0.7g	人参	10g	玉ねぎ	40g	玉ねぎ	40g
玉ねぎ	45g	玉ねぎ	20g	人参	20g	人参	20g
人参	20g	ブロッコリー	10g	グリーンピース	5g	豆	がんもどき
根深ねぎ	5g	サラダ油	0.2g	サラダ油	0.3g	糸こんにゃく	25g
サラダ油	0.2g	食塩	0.2g	ワイン(白)	1g	麦豆	しょうゆ(薄口)
淡色みそ	6g	こしょう	0.03g	カレールウ	14g	カレー粉	0.5g
上白糖	1g	麦牛豆	1g	水	90g	上白糖	2g
麦豆	しょうゆ(薄口)	麦豆	しょうゆ(薄口)	乳牛乳	1本	みりん	1g
	5g		1.5g	麦豚	ポークミンチカツ	水	35g
	料理酒		2g		天ぷら油		10g
	てんぷん		120g		豚ベーコン		25g
	一味唐辛子		7g		たけのこ水煮		1g
	水		15g		キャベツ		1g
麦豆鶏ご	春巻		20g		枝豆		2g
	天ぷら油		5g		おろしにんにく		2g
	小松菜		0.5g		チリパウダー		2g
	人参		0.01g		食塩		2g
	たくあん		0.2g		麦牛豆	ファイオン	0.2g
	すりごま		1g			オリーブオイル	0.5g
					豆	冷凍白玉もち	15g
						みかん缶	15g
						パイナップル缶	20g
						カットゼリー(ぶどう)	7g
						リ	カットゼリー(りんご)
							7g
							カットゼリー(はちみつレモン)
							7g
							カットゼリー(サイダー)
							7g
							りんご果汁
							3g
アレルギー除去食対応						今月のカレールウはアレルギー対応で提供します	

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 効:いか ら:いくら れ:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マ:まつたけ 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー食品使用予定献立表 (令和6年3月1日～令和6年3月19日)

献立ブロック (小学校)

3月19日(火)									
御飯									
のむヨーグルト									
味噌汁									
揚げ鶏の玉ねぎソースかけ									
きゅうりのおかかあえ									
お祝いクレープ									
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米	1 食								
シヨア:マスカット味	1 本								
乳 豆 木綿豆腐	30 g								
豆 油揚げ	4 g								
カットわかめ	0.3 g								
焼きちくわ	5 g								
人参	10 g								
玉ねぎ	20 g								
豆 淡色みそ	7.5 g								
和風だしの素	0.5 g								
水	120 g								
鶏 鶏肉むね皮つき	55 g								
食塩	0.2 g								
こしょう	0.04 g								
麦 でんぷん	4 g								
小麦粉	5 g								
天ぶら油	6 g								
麦豆 玉ねぎ	5 g								
しょうゆ(濃口)	3 g								
穀物酢	2 g								
上白糖	3 g								
料理酒	0.5 g								
おろしにんにく	0.4 g								
サラダ油	0.2 g								
きゅうり	35 g								
人参	5 g								
花かつお・カット	1 g								
麦豆 しょうゆ(薄口)	2 g								
豆 お祝いクレープ	1 個								
アレルギー 除去食対応									

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 功:いか ら:いくら 乳:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マ:まつたけ 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド